A eficácia do processo de ensino-aprendizagem em Educação Física no Ensino Básico português depende criticamente da capacidade do professor em gerenciar o tempo e em direcionar a sua intervenção pedagógica para maximizar as oportunidades de aprendizagem dos alunos. Para tal, a realização de uma aula de alta qualidade assenta numa intervenção que é, simultaneamente, intencional e profundamente estruturada. Os fatores anteriores são reconhecidos como os elementos centrais para alcançar a eficácia do ensino (Sarmento et al., 1999).

Nesta perspetiva, a intervenção pedagógica constitui um processo contínuo de tomada de decisão, moldado pela variabilidade dos comportamentos de ensino do docente (Petrica, 1989). Este processo desdobra-se em três momentos distintos e sequenciais (Sarmento et al., 1999):

- Decisões Pré-Interativas, que se referem à fase de planeamento e preparação da aula;
- Decisões Interativas, que representam a execução do plano e o ajuste imediato na aula, em resposta aos comportamentos dos alunos;
- Decisões Pós-Interativas, centradas na reflexão, na avaliação dos resultados e no diagnóstico que auxiliará o planeamento subsequente.

A atuação do professor, enquanto processo contínuo de tomada de decisão, deve ser examinada através das dimensões do seu comportamento pedagógico, as quais determinam a eficácia do ensino. De acordo com Petrica (2003), a eficácia da intervenção pode ser analisada em cinco dimensões:

- Clima: Diz respeito ao ambiente emocional e relacional criado pelo docente, essencial para a motivação.
- Disciplina: Envolve a capacidade de estabelecer regras claras e de manter comportamentos adequados dos alunos.
- Segurança: Refere-se à prevenção de riscos e à garantia de um ambiente de prática seguro.
- Instrução: Avalia a clareza, a coerência e a pertinência das explicações e demonstrações fornecidas.
- Organização: Reflete a estrutura e a fluidez da aula, incluindo a gestão do grupo, do espaço e dos materiais.

A conjugação harmoniosa e eficiente destes comportamentos determina a relação intrínseca/inseparável entre gestão do tempo e eficácia do ensino (Abreu, 2000), visto que a competência do docente se manifesta na sua capacidade de fazer com que a maior parte do tempo letivo seja convertido em tempo de aprendizagem efetiva.

Neste enquadramento, a Gestão do Tempo na aula de Educação Física assume particular relevância, sendo frequentemente descrita como "a chave que abre a porta para a eficácia no ensino" (Medley, 1979, citado por Abreu, 2000, p. 8). A administração correta do tempo letivo é o pré-requisito para promover a atividade e o envolvimento motor dos alunos.

Para uma análise aprofundada, o período letivo é decomposto em diversas categorias de tempo a partir do Tempo Total da Aula (TTA), que representa o máximo potencial de exposição à aprendizagem /Abreu, 2000). A qualidade da gestão reside na eficiência com que o TTA é convertido em tempo produtivo. Para esta análise detalhada, Petrica (2003) identifica cinco categorias fundamentais que coexistem na aula e que detalham a composição do tempo:

- Instrução: O período em que o professor fornece informações, explica ou demonstra as tarefas;
- Organização: O tempo referente à forma como o professor gere o grupo, o espaço e os materiais, correspondendo às atividades logísticas;
- Transições: O tempo despendido nas passagens entre as atividades ou tarefas, que, juntamente com o Tempo de Espera, são classificados como tempos improdutivos (Abreu, 2000; Esquadro, 2016);
- Tempo de Empenhamento Motor Específico (TEME): O período em que os alunos executam tarefas diretamente ligadas aos objetivos da aula (prática significativa);
- Tempo de Empenhamento Motor Não Específico (TEMNE): O período em que os alunos estão em movimento, mas em tarefas não diretamente ligadas aos objetivos pedagógicos.

A subtração destes períodos ao TTA origina o Tempo Útil, que é o período efetivamente dedicado a atividades cruciais de aprendizagem (Abreu, 2000; Esquadro, 2016). A otimização do Tempo Útil permite maximizar o Tempo Potencial de Aprendizagem em Educação Física (TPA-EF), definido como "o tempo que o aluno passa em confronto directo com a matéria de ensino a um nível de dificuldade acessível" (Graça, 1991, citado por Abreu, 2000, p. 12). A este respeito, Abreu (2000) sublinha que uma aula é considerada bem

gerida quando o Tempo de Empenhamento Motor Útil (ou Tempo de Prática) representa entre 70% e 80% do Tempo Total da Aula (TTA), estabelecendo o parâmetro de excelência na otimização da prática.

Contudo, a investigação alerta que o mero tempo de empenhamento motor não é um preditor totalmente fiável da aprendizagem. Estudos posteriores demonstraram que o número total de repetições e, sobretudo, a qualidade dessas repetições (taxa de sucesso) são indicadores mais potentes da oportunidade de aprendizagem (Silverman, 1985b; Carreiro da Costa, 1988, citados por Abreu, 2000). Assim, não basta estar em movimento, é preciso praticar de forma significativa e com sucesso.

Não obstante, a variável antecipatória mais crítica para o rendimento e a aprendizagem no domínio psicomotor é o Tempo de Empenhamento Motor, também conhecido como Oportunidade de Prática (Abreu, 2000; Yerg, 1977, citado por Abreu, 2000). Rosado e Mesquita (2009) referem que este tempo corresponde ao período em que os alunos realizam atividade motora com uma elevada taxa de sucesso (citado por Ferreira, 2023). Assim, a qualidade da prática é tão importante quanto a sua duração.

Para maximizar este indicador, diversos autores referem estratégias que o professor deve adotar. Carreiro da Costa (1995) sublinha a gestão eficaz dos grupos para trabalhar, das transições entre as atividades, da circulação dos alunos e da arrumação/distribuição do material, reduzindo os tempos mortos. Onofre (1995), reforça que a montagem e desmontagem do material deve ser rápida (citado por Ferreira, 2023). Desta forma, o material deve ficar num local de fácil acesso, tendo em consideração o espaço onde vai decorrer a aula (Ferreira, 2023). Os tempos de instrução por parte do professor devem ser claros e objetivas, assim como a organização de toda a aula (Ferreira, 2023).

Em consequência, a importância da administração do tempo para a eficácia do ensino é inquestionável. A investigação estabelece que o rendimento do aluno está positivamente correlacionado com a dimensão do Tempo de Empenho Motor (Karvonen et al., 1987, citado por Abreu, 2000). A maximização do Tempo Útil e, sobretudo, do Tempo de Empenho Motor é diretamente proporcional à eficácia pedagógica, dado que a pouca ou má organização resulta em perdas de tempo que são roubadas à prática e à aprendizagem (Piéron, 1996, citado por Abreu, 2000).

De facto, a evidência empírica reforça esta premissa ao comparar diferentes perfis docentes. Os professores mais experientes demonstram uma capacidade superior de otimização temporal, registando, sistematicamente, “um maior Tempo Útil de Aula,

maiores Tempos de Prática, de Instrução, de Organização e um menor tempo passado em "Outras" situações de aula" (Abreu, 2000, p. IV). Pelo contrário, os professores menos experientes tendem a falhar na conversão do TTA, resultando em "menos tempo de empenhamento motor, menos tempo de informação e uma maior porção de tempo de carácter organizativo" (Piéron & Dohogne, 1980, citado por Abreu, 2000, p. 21).

Adicionalmente, estudos quantitativos como o de Esquadro (2016) indicam que, mesmo em contextos eficientes, o tempo gasto em organização e instrução ainda consome parcelas consideráveis, o que reforça a necessidade de otimização. Além disso, os alunos de turmas que demonstram maiores progressos registam, de forma consistente, mais do dobro do Tempo de Empenho Motor, em conjunto com uma taxa de sucesso mais elevada nas tarefas (Phillips & Carlisle, 1983; Silverman, 1985a, citados por Abreu, 2000).

Neste contexto, reforça-se que a relação entre gestão do tempo e comportamentos do professor é intrinsecamente recíproca: a má gestão, em grande parte, de comportamentos pedagógicos ineficazes e decisões interativas pouco assertivas (Abreu, 2000). Libâneo (1994) salienta que a relação professor-aluno é a base para um processo pedagógico eficaz, promovendo aprendizagens mútuas (citado por Ferreira, 2013). Sêco (1997) acrescenta que a afetividade é determinante para o desempenho do aluno (citado por Ferreira, 2013).

A supervisão pedagógica em Educação Física procura, assim, otimizar os Comportamentos de Ensino que conduzem à maximização do tempo de prática. Neste sentido, Rosado et al. (1999) analisam a intervenção pedagógica através dos seguintes comportamentos de ensino, os quais estão diretamente ligados à eficiência na gestão do tempo:

Instrução: Constitui a base da comunicação pedagógica. Deve ser clara, objetiva e adaptada às capacidades dos alunos. A clareza da instrução influencia diretamente a compreensão e a execução da tarefa, sendo um professor eficaz aquele que ajusta a sua linguagem para promover a participação ativa. Relativamente à instrução, professores eficazes não só priorizam a informação sobre os exercícios, mas também "focam constantemente os aspetos críticos de cada elemento de aprendizagem" (Carreiro da Costa, 1995, citado por Abreu, 2000, p. 18);

Feedback: Trata-se das respostas verbais e não verbais do professor (de caráter positivo, corretivo ou informativo) às prestações dos alunos. O feedback é determinante tanto para

o desenvolvimento cognitivo — informando o aluno sobre o seu desempenho — como para a motivação (Machado, 2020, citado por Almeida, 2021). Permite ao aluno compreender e ajustar a execução, funcionando como reforço da aprendizagem;

Afetividade e Clima de Aula: A afetividade positiva, expressa através de incentivos, elogios e encorajamento (Sêco, 1997, citado por Ferreira, 2013), contribui para a criação de um ambiente de confiança e segurança. Aulas com ambientes afetivos equilibrados tendem a apresentar menos comportamentos de indisciplina e maior empenho (Abreu, 2000). Um controlo disciplinar rápido e assertivo minimiza os comportamentos de indisciplina (Abreu, 2000), sendo importante reforçar os aspetos positivos e não reagir de forma muito negativa aos comportamentos inapropriados (Rosado, 1997, citado por Ferreira, 2023). Regras e rotinas estruturadas reforçam este clima positivo, promotor de relações saudáveis e de melhores aprendizagens (Almeida, 2021) e que permite ao professor valorizar os progressos e êxitos dos alunos (Ferreira, 2023);

Observação: Permite ao professor avaliar continuamente a evolução dos alunos, identificar dificuldades e ajustar as tarefas em função das necessidades observadas. A qualidade da observação reflete-se na pertinência do *feedback* e na capacidade de antecipar comportamentos inadequados, permitindo uma intervenção mais eficaz.

Os professores eficazes demonstram preocupação com a "racionalidade da sua distribuição pelo espaço" e a "maximização do tempo em atividades motoras" (Sarmento et al., 1999, p. 11). É importante notar que um estudo encontrou uma associação positiva entre o tempo de prática e os comportamentos de indisciplina ("Pára e Modifica"), sugerindo que mais tempo ativo pode, por vezes, gerar mais oportunidades para desvios (Abreu, 2000), o que torna a gestão rápida e eficaz do professor e a articulação dos seus comportamentos pedagógicos ainda mais crucial.

Em síntese, a eficácia do ensino em Educação Física é o produto de uma intervenção pedagógica que, desde as decisões pré-interativas ao feedback em tempo real, demonstra uma capacidade notável de otimizar as categorias de tempo. Esta competência traduz-se na maximização do Tempo de Empenhamento Motor e na minimização dos tempos de gestão, alcançada através de comportamentos de instrução, organização e disciplina assertivos.